



Lineamientos **DE PORCIONES**

Grupo Bimbo

LINEAMIENTOS DE PORCIONES- GRUPO BIMBO

Porciones claras para alimentar un mundo mejor

El tamaño de las porciones que consumimos de los alimentos que conforman nuestra dieta ha ganado mucho interés en los últimos años, como parte de la búsqueda de alternativas para combatir el sobrepeso y la obesidad y de igual forma, el poder seguir disfrutando de ciertas categorías de productos.

El contenido y tamaño de las porciones, número de porciones y lugar así como la frecuencia de consumo son algunos de los asuntos que concitan hoy el interés de expertos en alimentación y nutrición, gobiernos e industria de alimentos en el mundo entero. La razón para esto es el consenso que existe alrededor de dos hechos:

1.- El tamaño de la porción influye de manera importante en la cantidad de alimento consumido. La certeza que hoy se tiene acerca de la influencia del tamaño de las porciones hace que el conocimiento y el manejo de las porciones adquiera una importancia crucial para el control de la ingesta diaria de energía y nutrientes y para la adopción de hábitos de alimentación adecuada que hagan parte de un estilo de vida saludable en todos los niveles y grupos poblacionales.

2.- El tamaño de las porciones ofrecidas y consumidas ha aumentado en forma lenta pero constante en las décadas recientes, lo cual no solo ha tenido influencia en el incremento de energía que consumimos y en consecuencia en el incremento en los índices de sobrepeso y obesidad, de igual forma tiene un impacto negativo en el desperdicio de alimentos.

Las porciones de alimentos suelen ser una herramienta poderosa para incrementar la educación nutrimental de los consumidores, empoderarlos a tomar mejores decisiones de consumo y aumentar la conciencia del impacto que tienen los alimentos que integran en la dieta en base a las cantidades reales de consumo de estos. Tener un mayor conocimiento sobre las porciones que incluimos en cada momento de consumo nos ayuda a tener una mejor percepción de cómo debemos construir mejores y más variadas dietas donde todos los alimentos tengan un espacio en la misma al combinarse en las porciones y momentos correctos. Alimentos en los que queremos fomentar el consumo como frutas, verduras, proteínas, vegetales, cereales particularmente de granos enteros podrán recomendarse en porciones más grandes y frecuentes en la dieta diaria mientras que productos enfocados a momentos de indulgencia como la confitería, botanas saladas y productos con contenidos altos en azúcares añadidos, deben considerar porciones más pequeñas y menos frecuentes en la dieta.

Nuestros lineamientos internos sobre porciones tienen como objetivos:

- Proporcionar información sobre el consumo real de nuestros productos a través de una guía de porciones que les permita tomar decisiones informadas de consumo.
- Establecer parámetros para determinar las características de nuestra oferta con control de porciones que permita a nuestros consumidores disfrutar de sus productos favoritos con menos calorías.

En base a estos objetivos, este documento se divide en dos grandes secciones:



GUÍA DE PORCIONES:

El comunicar de manera clara cuál es la porción de consumo real de nuestras categorías de productos permite a nuestros consumidores entender cuál es el impacto nutrimental de los mismos, obteniendo los siguientes beneficios:



Promueve el consumo consciente ayudándolo a construir y disfrutar de mejores dietas donde todos los alimentos puedan consumirse en las proporciones y momentos correctos.



Proporciona transparencia sobre el impacto nutrimental real de nuestros productos en un momento de consumo.



Ayuda a reducir el desperdicio de alimentos al proporcionar información amigable de la cantidad de alimento a consumir.

Crterios técnicos y regulatorios para definir una guía de porciones

Existen dos enfoques para definir el tamaño de las porciones alimentarias:



ENFOQUE FISIOLÓGICO

Enfoque fisiológico, toma como base las necesidades de nutrientes por parte de la población objetivo, y es usada por los expertos para recomendar cuánto de un alimento es adecuado consumir. Esta es la que se conoce como porción recomendada, en inglés se denomina portion size.



ENFOQUE ESTADÍSTICO

Enfoque estadístico toma como base estimados de lo que consume habitualmente la mayoría de la población, usándose frecuentemente los marcos regulatorios nacionales. Por ejemplo, la definición legal vigente en Colombia (Resolución 333 de 2011) dice, que "...una porción puede entenderse como la cantidad de un alimento normalmente consumida en una ocasión...". La porción calculada bajo este enfoque se acostumbra a designar como porción de consumo, en inglés como serving size.

Para efectos de la presente guía, se tomará en consideración el segundo enfoque, es decir las porciones de consumo (enfoque estadístico), que significa considerar lo que realmente consumen las personas de un producto en un momento de consumo. Lo anterior, con el fin de desarrollar estrategias propias de diseño y presentación de porciones y comunicación de información sobre éstas de forma que el consumidor pueda beneficiarse de ello.

Las porciones de consumo se definen en base a cantidades de referencia establecidas por categoría de productos.

PRINCIPIOS DE NUESTRA GUÍA DE PORCIONES

El comunicar de manera clara cuál es la porción de consumo real de nuestras categorías de productos permite a nuestros consumidores entender cuál es el impacto nutrimental de los mismos, obteniendo los siguientes beneficios:



Lineamientos:

- 1.- Cumplimos íntegramente las regulaciones locales aplicables al tema de porciones.
- 2.- Aquellos países que no tengan una definición sobre el tamaño de porciones a declarar en el empaque, seguirán los parámetros establecidos en los presentes lineamientos:

Categorización de productos en base a su rol de consumo

Consumo diario
Panes
Bollería
Tortillas y panes planos
English Muffins
Bagels

Consumo ocasional
Pasteles
Pastelillos
Galletas dulces y saladas
Pan dulce
Barras de cereal con y sin relleno
Botanas saladas
Pan molido
Pan tostado
Tostadas
Totopos
Bases para pizza

Definición de cantidades de referencia interna para determinación de tamaño de porciones

En base a datos estadísticos obtenidos de las porciones usadas en los diferentes países donde tenemos presencia, así como de los marcos regulatorios de países donde se establecen cantidades de referencia para determinar las porciones de consumo. Se han establecido las siguientes cantidades de referencia interna de GB para cada categoría de producto.

Consumo diario		
Categoría	Cantidad de referencia	Medida Casera
Panes	Cantidad referenciada a dos rebanadas en todos los casos	Rebanada
Bollería	50g	Pieza
Tortillas Tortillas de maíz Tortillas de trigo	30g	Pieza
English Muffins	55g	Pieza
Bagels	85g	Pieza



Consumo ocasional		
Categoría	Cantidad de referencia	Medida Casera
Pasteles	40g	Fracción
Pastelillos	40g	Pieza
Galletas dulces y saladas	30g	Pieza
Pan dulce	50g	Pieza
Barras sin relleno/cobertura	30g	Pieza
Barras con relleno/cobertura	40g	Pieza
Botanas saladas	30g	Taza o pieza
Pan molido	30g	Taza
Pan tostado	30g	Pieza
Tostadas	12g	Pieza
Totopos	30g	Pieza
Bases para pizza	55g	Pieza

Definición de tamaño de porción en base a tipo de presentación

Las anteriores cantidades de referencia se usarán para determinar el tamaño de la porción de consumo del producto, las porciones por envase y la presentación de este (individual, para compartir, familiar).

Tipo de presentación del empaque: Se definirá en base a las siguientes reglas

Presentación individual	Contenido neto < 200% cantidad de referencia
Presentación para compartir	Contenido neto ≥ 200% < 300% cantidad de referencia
Presentación familiar	Contenido neto ≥ 300% cantidad de referencia
Multiempaques	Envases preenvasados internamente

Tamaño de la porción: Una vez establecido el tipo de presentación, el tamaño de la porción se determinará de acuerdo con lo siguiente:

Presentación	Tamaño de la porción
Individual	Porción= contenido neto
Para compartir	Porción = contenido neto o cantidad de piezas/ rebanadas/tazas/cucharadas más cercanas a la cantidad de referencia. Opción 1 o 2 a determinar por cada unidad de negocio en base al tipo de consumo local.
Familiar	Envases preenvasados internamente
Multipacks	Containers prepackaged in-house

Ejemplo de aplicación de lineamientos:





Presentación individual

Cont. neto: < 51g (200%)

Porción= 51g





Presentación para compartir

Cont. neto: 85g (> 200% <300%)

Porción= 4 galletas (34g) o 85g





Presentación familiar

Cont. neto: 170g (>300%)

Porción= 4 galletas

Oferta con control de porciones

Introducción

Porciones inteligentes, mejores dietas.

Adicional a la relevancia de indicar claramente en nuestros empaques, cual es la porción de consumo de nuestras categorías. Buscamos desarrollar una oferta diferenciada en mercado que nos permita proporcionarles a nuestros consumidores la opción de consumir los productos de su preferencia en porciones controladas.

El control de porciones es una estrategia muy eficiente para ayudar a los consumidores a normalizar el consumo de porciones más pequeñas y ayudarlos a incluir todos los grupos de alimentos mientras limitan su cantidad energética. Lo anterior es muy útil para apoyarlos a construir mejores dietas a través de una alimentación consciente sin sacrificar sabor o momentos de indulgencia.

Características de nuestra oferta con control de porción:

Con este objetivo buscamos que nuestra oferta de porciones controladas tenga las siguientes características:



Sabroso:

Al tener un control de porción se puede seguir disfrutando de productos llenos de sabor sin sobrepasar nuestra ingesta calórica.



Moderado

Nos permite tener un consumo consciente y responsable de ciertos grupos de alimentos.



Accesible y conveniente

Presentaciones con envases individuales, listos para llevar a cualquier lugar.



Restringido en calorías

Con la cantidad adecuada de calorías en una sola porción para incentivar estilos de vida saludables.



Tiempos de celebrar o consentirse

Productos para celebrar, compartir o tener un momento de indulgencia sin culpa.

Para determinar las características de la oferta de control de porción, se consideró lo siguiente:

- 1.- El momento de consumo sugerido incluyendo las colaciones o entre comidas.
- 2.- Se consideraron las recomendaciones energéticas sugeridas para cada momento de consumo, tomando en cuenta 5 momentos de consumo: desayuno, lunch o comida, cena y dos colaciones entre comidas durante el día.

3.- En base a lo anterior, se determinó lo siguiente:

	Porción "SMART"		Porción "SMART"	
				
Desayuno	Colación	Comida/Lunch	Colación	Cena
25% (+/-5%)	15% (+/-5%)	30% (+/-5%)	15% (+/-5%)	15% (+/-5%)
Ingesta calórica total	Ingesta calórica total*	Ingesta calórica total*	Ingesta calórica total*	Ingesta calórica total*

*De acuerdo a grupo de edad: Adultos (Aprox. 2000-2500 kcal) Niños 1700 Kcal

4.- En el caso de niños se tomarán en cuenta los siguientes parámetros para los productos con control de porción:

I. Snacks y productos de panificación:

Productos con una cantidad menor o igual a 200 kcal por porción.

Porción única envasada individualmente.

5.- En el caso de adultos:

I. Snacks y productos de panificación:

Productos con una cantidad menor o igual a 250 kcal por porción.

Porción única envasada individualmente.



